

# 医养护一体化养老护理对老年人身心功能的影响

张伟 (临沂市养老事业发展服务中心, 山东临沂 276000)

**摘要:** 目的: 分析医养护一体化养老护理模式对老年人身心功能的影响。方法: 选择临沂市养老事业发展服务中心纳入 2021 年 1 月~2021 年 6 月的老年人 200 例作为观察对象, 随机数字法将老年人划分两组; 对照组采取常规护理干预, 观察组采取医养护一体化养老护理模式干预; 观察两组老年人心理功能、躯体功能、日常生活能力。结果: 护理前, 两组老年人组间 SPPB 及 BI 评分相比,  $P > 0.05$ ; 护理后, 观察组 SPPB 及 BI 评分高于对照组,  $P < 0.05$ 。护理前, 两组老年人 SAS 及 SDS 评分相比,  $P > 0.05$ ; 护理后, 观察组老年人 SAS 及 SDS 评分低于对照组,  $P < 0.05$ 。结论: 在老年人养老护理中, 为老年人施以医养护一体化护理模式有利于改善老年人的身心功能, 老年人对养老护理工作的满意度较高。

**关键词:** 医养护一体化养老护理; 心理功能; 生活质量; 躯体功能; 日常生活能力

在养老护理中, 养老护理员是一种新型职业, 现阶段的中国养老护理人员数量具有较大的缺口, 目前的养老护理人员从业素质低、收入低, 导致行业整体水平低<sup>[1]</sup>。我国目前正在培养高素质的养护护理人员, 并建立全面的养老护理体系, 形成医养护一体化养老护理模式, 达到医疗及养护综合干预目的, 挽救老年人晚年生活, 使老年人在健康身心下展开老年生活。在老年人养老护理过程中, 护理人员应当把握老年人的心理特点, 让老年人积极参与到体育锻炼中或者日常娱乐活动中, 使老年人在养老服务中心感到舒适, 愿意与周围的老年人一起活动, 形成健康的晚年生活<sup>[2]</sup>。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

研究时间: 2021 年 1 月~2021 年 6 月, 纳入人次 200 例; 随机数字法将老年人分为对照组、观察组, 其中男 113 例、女 87 例; 老年人年龄在 60~89 岁, 平均年龄  $(74.12 \pm 5.46)$  岁; 其中, 60 例老年人发生糖尿病、56 例老年人发生高血压、15 例老年人血脂异常、精神疾病老年人 198 例; 精神疾病数量占 99%。两组老年人基本资料对比,  $P > 0.05$ 。

纳入标准: 老年人城镇三无人员, 即无劳动能力、无经济来源、无法定赡养人或抚养人。

排除标准: 将无法参与运动、严重骨关节病变老年人排除。

### 1.2 方法

对照组: 为老年人采取常规护理干预, 护理人员照护老年人起居, 为老年人提供药物指导, 检查老年人身体情况; 门诊医生定期进入老年人居住处调查, 观察老年人生活情况, 定期召开养生会议, 组织相关的娱乐活动, 为老年人提供心理疏导及人文关怀。

观察组: 为老年人提供医养护一体化护理模式。

(1) 锻炼管理: 在老年人养老护理中, 为提升老年人的生活质量及身心功能, 让老年人参与到体育锻炼

中具有重要意义。护理人员指导有运动能力的老年人运动锻炼方法, 为老年人在活动场播放太极拳训练内容, 在训练前向老年人指导太极拳的训练价值, 帮助老年人掌握太极拳的动作要领及呼吸方法、注意问题<sup>[3]</sup>。在清晨及傍晚开始训练, 此时的空气良好、氛围温馨, 老年人在护理人员的带领下练习太极拳, 跟随音乐的节奏, 训练 15~20min, 持续训练 60d。在太极拳训练过程中应加强对老年人的保护, 避免在训练时发生损伤。(2) 合理饮食: 护理人员根据老年人身体情况合理搭配三餐, 比如, 患有糖尿病的老年人, 在饮食上选择低糖食品, 让老年人禁忌烟酒, 定期监测老年血糖水平, 保持血糖稳定性。针对高血脂的老年人, 适当准备瘦肉及蔬菜、水果, 避免血脂持续增高, 引发严重的心脑血管疾病。针对高血压老年人, 护理人员早晚为老年人监测 1 次血压, 老年人适当口服降糖药。

### 1.3 观察指标

(1) 观察老年人躯体功能 (SPPB), 根据老年人完成坐立时间、串联站立时间、2.44m 行走时间进行统计, 满分为 12 分, 分值高代表老年人下肢肌力强、步行能力强, 躯体功能良好。(2) 评价老年人日常活动能力 (BI), 包括如厕、转移、进食、活动等项目, 分值高日常生活能力好。(3) 评估老年人心理状态, 使用 SAS 及 SDS 焦虑及抑郁量表进行评价, 分值高代表心理状态良好。

### 1.4 统计学分析

选择统计学软件 SPSS22.0 对数据进行处理, 计量资料采用  $(\bar{x} \pm s)$  表示,  $t$  值检验,  $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 组间干预前后的躯体功能及日常生活能力评分

护理前, 两组老年人组间 SPPB 及 BI 评分相比,  $P > 0.05$ ; 护理后, 观察组 SPPB 及 BI 评分高于对照组,

$P < 0.05$ 。见表 1。

表 1 组间干预前后的躯体功能及日常生活能力评分 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

分组	SPPB		BI	
	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组 (n=100)	6.64 ± 1.52	9.25 ± 2.14	90.15 ± 6.45	97.24 ± 4.13
对照组 (n=100)	6.35 ± 1.48	7.12 ± 2.35	89.34 ± 7.45	92.34 ± 6.12
<i>t</i>	1.884	9.237	1.133	9.148
<i>P</i>	0.060	0.000	0.257	0.000

## 2.2 组间心理状态对比

护理前, 两组老年人 SAS 及 SDS 评分相比,

$P > 0.05$ ; 护理后, 观察组老年人 SAS 及 SDS 评分低于对照组,  $P < 0.05$ 。见表 2。

表 2 组间心理状态对比 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

分组	SAS		SDS	
	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组 (n=100)	46.14 ± 4.43	29.12 ± 2.55	45.15 ± 5.23	27.24 ± 4.22
对照组 (n=100)	46.35 ± 4.38	37.23 ± 2.45	45.34 ± 5.12	32.31 ± 4.26
<i>t</i>	0.464	31.612	0.357	11.654
<i>P</i>	0.642	0.000	0.720	0.000

## 3 讨论

我国是人口大国, 人口老龄化问题日益严重, 提升老年人身心功能是医养护结合护理工作的目标, 老年人常见平衡功能降低及肌力减退等问题<sup>[4]</sup>。本研究结果显示, 观察组干预后的 SPPB 及 BI 评分均高于对照组,  $P < 0.05$ 。该结果体现医养护一体化护理模式有利于改善患者躯体功能, 提升患者日常活动能力。在研究中, 指导老年人学习太极拳, 其中包括重心转移及姿势调节等运动组合, 以腰为中心, 配合躯干回旋完成肩颈、腰部活动, 从而强化人体平衡机制, 控制人体感觉及运动中枢, 达到提升人体功能目的。太极拳也能改善肌肉收缩功能及舒张交换功能, 达到原动肌及协同肌相互协调的目的, 进一步提升老年人的肌肉功能<sup>[5]</sup>。在运动过程中, 通过平衡功能训练及肌肉能力训练, 提升老年人自我管理能力及活动功能。在本研究中, 两组老年人的心理状态在护理前后也发生明显变化, 护理前, 观察组及对照组老年人心理功能相比,  $P > 0.05$ 。经护理后, 观察组老年人 SAS 及 SDS 评分显著降低。在医养护一体化护理模式中, 除常规医疗服务外为老年人提供精心的照料, 对老年人

展开心理疏导提供人性化干预措施。老年人多存在慢性病, 并发症发生率高。高龄老年人对医疗及护理及保健工作具有较高的要求, 慢性病管理是其中的关键, 在慢性病管理中, 需掌握老年人的发病规律及治疗原则, 为老年人提供专项化的护理干预措施。将慢性病管理用到日常中, 使老年人按时服药, 掌握自我监控血糖及血压的模式, 避免患者发生严重并发症。服务中心建立完善的老年人健康档案, 针对危重疾病老年人进行重点管理。

## 参考文献

- [1] 韩丹雯, 张羽. 长期护理保险对居家养老护理人员的培训效果 [J]. 中国城乡企业卫生, 2021, 36(6): 111-113.
- [2] 邓明霞, 孙彩虹. 医养结合服务模式对居家养老生命质量、心理及高血压控制的影响评价 [J]. 中国卫生标准管理, 2021, 12(10): 137-140.
- [3] 陈冰洁, 窦丽, 聂玉琴, 等. 医养结合型养老机构养老护理员核心胜任力与社会支持相关性分析 [J]. 职业与健康, 2021, 37(8): 1100-1103.
- [4] 李晓晖. 养老护理人员胜任素质指标体系构建与应用——基于 396 名养老护理人员的调查 [J]. 中国流通经济, 2021, 35(3): 68-76.
- [5] 袁群, 屈群芳, 何清湖. 五行音乐联合八段锦对女性养老护